JURNAL ALTIFANI
Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo

The Effect of Lactation Massage on the Smoothness of Breast Milk Production in Postpartum Mothers in the Working Area of Rimbo Tengah Public Health Center, Bungo Regency

Dewi Sandra[1], Evin Noviana Sari[2], Puja Maya Sari[3]
[1,2,3] Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia, Indonesia
*e-mail : dewiadeliansyah@gmail.com

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
10.10.2026	02.11.2026	14.11.2026	20.11.2026

Abstract : *Difficulty in breast milk flow during the early postpartum period requires feasible interventions that can complement breastfeeding support. This study examined changes in breast milk flow before and after lactation massage among postpartum mothers in the service area of Rimbo Tengah Community Health Center, Bungo Regency, Indonesia. A quantitative pre-experimental one-group pretest–posttest design was conducted in June 2026. Of 22 postpartum mothers with reported milk-flow difficulties, 10 participants were recruited using purposive sampling. Lactation massage was performed according to a standard operating procedure, and milk-flow indicators were assessed before and after the intervention using a 10-item observation instrument. Data were analyzed using Shapiro–Wilk normality tests and a paired-samples t-test. The mean milk-flow score increased from 3.60 ± 0.966 to 8.60 ± 1.506, representing a mean gain of 5.00 points. All participants moved from the insufficient-flow category to the sufficient-flow category. The pre–post difference was statistically significant (t(9) = −8.660; p < .001). Lactation massage was associated with improved breast milk flow in the observed postpartum group and may be incorporated as a complementary element of primary-care lactation support.*
Keywords*: breastfeeding; lactation massage; milk flow; postpartum mothers; puerperium.*

Abstrak: Masalah kelancaran pengeluaran air susu ibu (ASI) pada awal masa nifas memerlukan penanganan yang dapat dilakukan bersamaan dengan pendampingan menyusui. Penelitian ini bertujuan menganalisis perubahan kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pijat laktasi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo. Penelitian kuantitatif ini menggunakan rancangan praeksperimental one-group pretest–posttest pada Juni 2026. Dari populasi 22 ibu postpartum dengan pengeluaran ASI tidak lancar, sebanyak 10 responden dipilih melalui purposive sampling. Intervensi pijat laktasi diberikan sesuai prosedur operasional, sedangkan kelancaran pengeluaran ASI dinilai menggunakan 10 indikator observasi sebelum dan sesudah intervensi. Analisis dilakukan dengan uji Shapiro–Wilk dan paired-samples t-test. Rerata skor kelancaran ASI meningkat dari 3,60 ± 0,966 menjadi 8,60 ± 1,506, dengan peningkatan rerata 5,00 poin. Seluruh responden berpindah dari kategori tidak lancar menjadi lancar. Perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi bermakna secara statistik (t(9) = −8,660; p < 0,001). Pijat laktasi berkaitan dengan peningkatan kelancaran pengeluaran ASI pada kelompok ibu postpartum yang diteliti dan dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari dukungan laktasi di pelayanan kesehatan primer.
Kata kunci: air susu ibu; ibu postpartum; kelancaran ASI; pijat laktasi; masa nifas.

1. PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi yang memenuhi kebutuhan bayi pada awal kehidupan sekaligus menyediakan komponen biologis yang mendukung perlindungan terhadap infeksi. Keberhasilan pemberian ASI tidak hanya ditentukan oleh niat ibu untuk menyusui, melainkan juga oleh pengalaman saat memulai proses laktasi, kondisi fisik dan psikologis ibu, serta tersedianya pendampingan yang tepat. Pada fase postpartum awal, sebagian ibu menghadapi kekhawatiran bahwa ASI belum keluar atau jumlahnya belum mencukupi. Kesulitan tersebut dapat mengganggu kepercayaan diri ibu dan menghambat keberlanjutan praktik menyusui (Aprilia & Krisnawati, 2017; Maharani & Khumairoh, 2023).

Pengeluaran ASI melibatkan kerja hormon prolaktin dan oksitosin serta rangsangan menyusu oleh bayi. Prolaktin berkaitan dengan pembentukan ASI, sedangkan oksitosin berperan dalam refleks

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

pengeluaran ASI melalui kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara. Rasa tidak nyaman, kelelahan, dan ketegangan psikologis dapat menyertai fase ini sehingga ibu memerlukan dukungan untuk memperoleh rasa nyaman serta mempertahankan frekuensi dan teknik menyusui yang baik. Faktor pola istirahat, pemenuhan gizi, dan isapan bayi turut berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI (Aprilia & Krisnawati, 2017; Muawanah & Sariyani, 2021).

Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang digunakan dalam pelayanan kebidanan adalah pijat laktasi, yakni stimulasi manual pada area tubuh yang terkait dengan kenyamanan ibu dan proses menyusui, khususnya leher, bahu, punggung, serta payudara. Intervensi ini dirancang untuk membantu relaksasi sekaligus mendukung respons pengeluaran ASI. Kajian sistematis oleh Nuampa dan Payakkaraung (2020) mengidentifikasi berbagai teknik pemijatan yang digunakan untuk meningkatkan volume ASI; kombinasi beberapa teknik menunjukkan potensi manfaat, meskipun prosedur dan karakteristik responden beragam. Meta-analisis Sakinah et al. (2023) juga melaporkan manfaat intervensi pijat terhadap volume ASI dibandingkan tanpa pijatan.

Temuan penelitian di Indonesia memperlihatkan arah hasil yang relatif serupa. Ardi Lestari et al. (2022) melaporkan peningkatan produksi ASI setelah pijat laktasi pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan. Hanubun et al. (2023) dan Rahmawati dan Karana (2023) menemukan perubahan positif pada produksi ASI ibu nifas. Penelitian Muawanah dan Sariyani (2021) menggunakan kelompok pembanding dan mendapati perbedaan kelancaran produksi ASI antara ibu yang mendapat pijat laktasi dan yang tidak. Sementara itu, Putri dan Khotimah (2023) menelaah pijat laktasi pada ibu postpartum di rumah sakit dan melaporkan perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah tindakan.

Konteks pelayanan primer tetap perlu diperhatikan karena karakteristik ibu, keterjangkauan intervensi, serta pola pendampingan setelah persalinan dapat berbeda dari rumah sakit maupun klinik. Penelitian Jahriani (2019) dan Miyatun (2023) mendukung penggunaan pijat laktasi dalam lingkungan pelayanan masyarakat, sedangkan Inrah et al. (2023) melaporkan perubahan pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas. Namun, hasil lintas lokasi tersebut tidak serta-merta menggambarkan pengalaman ibu postpartum pada tiap wilayah kerja, terutama pada hari-hari pertama ketika keluhan pengeluaran ASI belum lancar sering muncul.

Di Kabupaten Bungo, laporan kesehatan setempat menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif telah menjadi perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak. Pada praktik pelayanan, tenaga kesehatan tetap menemukan ibu postpartum yang mengalami kesulitan pada awal pengeluaran ASI dan memerlukan bantuan yang dapat diterapkan secara langsung. Pijat laktasi menjadi pilihan yang relevan untuk dikaji karena prosedurnya dapat dipadukan dengan edukasi teknik menyusui dan pemantauan kondisi ibu setelah persalinan. Kajian mengenai perubahan skor kelancaran pengeluaran ASI menggunakan indikator observasi sebelum dan sesudah intervensi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah memberikan bukti kontekstual tambahan bagi praktik kebidanan setempat. Dukungan kebijakan terhadap keberlangsungan ASI eksklusif, termasuk fasilitas laktasi dan lingkungan pendukung, turut dibahas oleh Kusumasastra (2023).

Sejumlah penelitian terdahulu menilai produksi ASI melalui volume yang diperah, frekuensi menyusui, atau kategori kecukupan ASI, sementara penelitian pelayanan primer juga menggunakan tanda-tanda yang dirasakan ibu dan diamati pada bayi. Perbedaan ukuran luaran tersebut penting karena penilaian segera setelah persalinan tidak selalu memungkinkan pencatatan volume ASI secara langsung. Penggunaan indikator yang terstruktur, mencakup sensasi aliran ASI, kondisi payudara setelah menyusui, dan respons bayi, dapat membantu mengidentifikasi perubahan pada pengalaman menyusui yang dihadapi ibu sehari-hari. Susanti dan Yulita (2024) mendeskripsikan perubahan kondisi payudara dan keluarnya ASI setelah pijat laktasi, sedangkan Nisa (2023) memusatkan pengamatan pada produksi ASI sebelum dan sesudah tindakan. Dalam penelitian ini, indikator berbasis observasi digunakan untuk memperjelas perubahan pada konteks ibu postpartum di wilayah layanan puskesmas.

Penelitian ini bertujuan menganalisis perbedaan kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian pijat laktasi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo, tahun 2026.

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan praeksperimental one-group pretest–posttest. Pengukuran awal (O_1) dilakukan untuk memperoleh skor kelancaran pengeluaran ASI sebelum intervensi, kemudian responden menerima pijat laktasi (X), dan pengukuran akhir (O_2) dilaksanakan setelah tindakan. Penelitian dilaksanakan pada Juni 2026 di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo.

Populasi penelitian terdiri atas 22 ibu postpartum dengan pengeluaran ASI tidak lancar pada awal masa nifas. Sampel berjumlah 10 ibu, dipilih menggunakan purposive sampling sesuai kriteria penelitian. Kriteria inklusi meliputi ibu postpartum pada fase awal nifas yang mengalami pengeluaran ASI tidak lancar, berada di wilayah pelayanan, bersedia mengikuti intervensi, serta memberikan persetujuan. Kriteria eksklusi meliputi penggunaan ASI booster, bayi dengan berat badan lahir rendah, riwayat persalinan sectio caesarea, dan ketidaksediaan mengikuti penelitian.

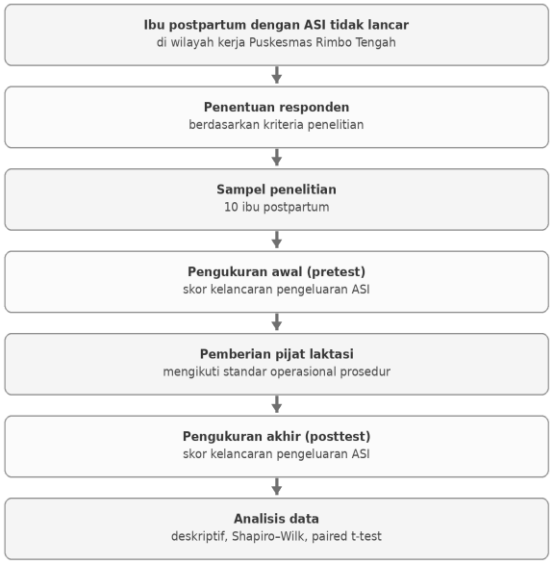
Variabel independen ialah pijat laktasi, sedangkan variabel dependen ialah kelancaran pengeluaran ASI. Kerangka konsep pada Gambar 1 memperlihatkan hubungan yang ditelaah, yaitu pemberian pijat laktasi sebagai intervensi dan perubahan kelancaran pengeluaran ASI sebagai luaran yang diukur secara berulang pada responden yang sama.



Gambar 1. Kerangka konsep hubungan pijat laktasi dan kelancaran pengeluaran ASI.

Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dengan 10 indikator, yang mencakup kondisi payudara dan aliran ASI selama menyusui, perilaku bayi saat dan setelah menyusu, serta frekuensi buang air kecil bayi. Masing-masing indikator diberi skor 1 apabila terpenuhi dan 0 apabila tidak terpenuhi. Jumlah skor diinterpretasikan sebagai pengeluaran ASI tidak lancar pada rentang 1–5 dan lancar pada rentang 6–10. Lembar prosedur operasional standar (SOP) digunakan untuk menjaga keseragaman pelaksanaan pijat laktasi.

Tindakan dilakukan setelah persetujuan responden dan persiapan tempat serta peralatan. Prosedur meliputi pemijatan pada leher, bahu, area skapula dan punggung, dilanjutkan gerakan pemijatan payudara sesuai SOP. Kegiatan berlangsung dengan menjaga privasi serta kenyamanan ibu. Sebelum pemijatan, responden menjalani observasi awal; setelah pemijatan selesai, dilakukan pengukuran ulang menggunakan instrumen yang sama. Gambar 2 menyajikan urutan penelitian sejak penentuan responden hingga analisis data.



Gambar 2. Alur pemilihan responden, intervensi pijat laktasi, dan pengukuran pretest–posttest.

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Data dikumpulkan dari hasil observasi langsung dan selanjutnya diperiksa, diberi kode, dimasukkan, serta dibersihkan sebelum dianalisis. Analisis univariat digunakan untuk menyajikan nilai rerata, simpangan baku, nilai minimum, dan maksimum. Uji Shapiro–Wilk digunakan untuk memeriksa normalitas data, diikuti paired-samples t-test untuk membandingkan rerata sebelum dan sesudah tindakan pada taraf signifikansi 5%. Pengolahan data dilakukan dengan perangkat lunak statistik SPSS. Penelitian dilaksanakan dengan penjelasan tujuan dan prosedur, persetujuan responden (informed consent), penjagaan kerahasiaan identitas, serta penggunaan kode pada pencatatan data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Sepuluh ibu postpartum mengikuti pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Pada pengukuran awal, seluruh responden berada pada kategori pengeluaran ASI tidak lancar. Setelah dilakukan pijat laktasi, seluruh responden mencapai kategori lancar. Pergeseran distribusi kategori tersebut ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pijat laktasi (n = 10).

Kategori	Sebelum, n (%)	Sesudah, n (%)
Tidak lancar (skor 1–5)	10 (100,0)	0 (0,0)
Lancar (skor 6–10)	0 (0,0)	10 (100,0)
Total	10 (100,0)	10 (100,0)

Hasil analisis deskriptif pada Tabel 2 menunjukkan bahwa rerata skor sebelum pijat laktasi adalah 3,60 dengan simpangan baku 0,966, sedangkan rerata sesudah tindakan mencapai 8,60 dengan simpangan baku 1,506. Nilai minimum dan maksimum juga bergeser dari 2–5 menjadi 6–10. Hasil Shapiro–Wilk yang dicantumkan pada Tabel 2 menunjukkan p = 0,245 pada pengukuran awal dan p = 0,062 pada pengukuran akhir.

Tabel 2. Statistik deskriptif dan hasil uji normalitas skor kelancaran ASI.

Waktu	n	Minimum	Maksimum	Rerata ± SD	Shapiro–Wilk p
Sebelum pijat	10	2	5	3,60 ± 0,966	0,245
Sesudah pijat	10	6	10	8,60 ± 1,506	0,062

Uji beda berpasangan memperlihatkan peningkatan rerata 5,00 poin sesudah intervensi. Seperti ditampilkan pada Tabel 3, hasil paired-samples t-test adalah t(9) = −8,660 dengan p < 0,001. Tanda negatif pada statistik t mengikuti urutan pengurangan skor sebelum dikurangi sesudah; karena itu, besarnya perubahan positif dari sebelum menuju sesudah adalah 5,00 poin. Berdasarkan hasil uji tersebut, terdapat perbedaan bermakna antara skor kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat laktasi.

Tabel 3. Perbedaan skor kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat laktasi.

Perbandingan	Selisih rerata[1]	95% CI[1]	t (df)	p
Sesudah – sebelum	5,00	3,694–6,306	8,660 (9)	< 0,001

Catatan. [1] Selisih dan interval kepercayaan ditampilkan sebagai skor sesudah dikurangi sebelum; keluaran SPSS awal menggunakan urutan sebaliknya (sebelum – sesudah), sehingga t = −8,660.

Pengamatan perubahan pada masing-masing ibu memperlihatkan bahwa peningkatan skor tidak hanya didorong oleh sebagian kecil responden. Tabel 4 menyajikan pasangan skor sebelum dan sesudah tindakan berdasarkan lembar data penelitian. Setiap responden mengalami kenaikan skor, dengan perubahan berkisar antara 2 hingga 7 poin. Ringkasan individual ini membantu memperjelas distribusi perubahan yang menghasilkan selisih rerata 5,00 poin.

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Tabel 4. Perubahan skor kelancaran pengeluaran ASI pada masing-masing responden.

Kode responden	Skor sebelum	Skor sesudah	Peningkatan skor
R01	3	10	7
R02	4	6	2
R03	5	8	3
R04	3	10	7
R05	4	9	5
R06	3	9	6
R07	4	7	3
R08	3	10	7
R09	2	7	5
R10	5	10	5

3.2 Pembahasan

Sebagai gambaran pelayanan, responden penelitian berasal dari ibu postpartum pada awal masa nifas yang mengalami pengeluaran ASI belum lancar. Keluhan seperti ini dapat berhubungan dengan berbagai keadaan yang saling berinteraksi, antara lain proses adaptasi menyusui, kenyamanan ibu, kualitas istirahat, dan dukungan keluarga. Karena teknik pijat laktasi memerlukan kontak langsung dengan ibu, pelaksanaan prosedur perlu memperhatikan komunikasi sebelum tindakan, kesiapan fisik, persetujuan responden, dan menjaga kerahasiaan selama observasi. Penelitian ini menggabungkan pengukuran luaran dengan penerapan SOP agar perbandingan skor dapat dilakukan dengan cara yang konsisten antara pengukuran awal dan akhir. Penyajian temuan secara berpasangan penting karena perubahan pada setiap ibu menjadi dasar analisis, bukan membandingkan ibu dari kelompok yang berbeda.

Pada pengukuran awal, semua responden memperlihatkan kelancaran pengeluaran ASI yang belum memenuhi kategori lancar. Rerata skor 3,60 menggambarkan bahwa beberapa indikator observasi belum terpenuhi secara konsisten. Kondisi ini dapat muncul pada hari-hari pertama setelah persalinan ketika adaptasi fisiologis laktasi berlangsung bersamaan dengan penyesuaian teknik menyusui, rasa lelah, dan perubahan kenyamanan ibu. Aprilia dan Krisnawati (2017) mengidentifikasi keterkaitan kelancaran ASI dengan sejumlah faktor, antara lain perawatan payudara, pola istirahat, dan frekuensi menyusui. Karena itu, pengukuran kelancaran ASI perlu dilihat sebagai gambaran proses menyusui yang melibatkan kondisi ibu dan respons bayi.

Keadaan sebelum intervensi juga sejalan dengan pengamatan Nisa (2023), yang melaporkan masalah produksi ASI pada ibu postpartum sebelum tindakan pijat laktasi. Penelitian Hanubun et al. (2023) memperlihatkan bahwa sejumlah ibu nifas mengalami produksi ASI yang belum memadai sebelum memperoleh pemijatan. Temuan tersebut menegaskan relevansi pendampingan segera setelah persalinan, khususnya untuk membantu ibu mengenali tanda-tanda keberhasilan menyusui dan memperoleh dukungan dalam mengatasi keluhan awal.

Setelah pijat laktasi, rerata skor pada penelitian ini meningkat menjadi 8,60 dan seluruh responden masuk kategori lancar. Perubahan tersebut tidak sekadar tercermin pada rerata, tetapi juga pada sebaran skor yang bergeser secara keseluruhan: nilai terendah setelah intervensi adalah 6, setara dengan batas kategori lancar. Pada tingkat pengamatan klinis, hal ini menunjukkan bahwa indikator kelancaran yang dinilai dalam instrumen lebih banyak terpenuhi setelah pemberian tindakan. Hasil yang searah dilaporkan oleh Rahmawati dan Karana (2023), yang mendapati peningkatan produksi ASI ibu nifas setelah pijat laktasi, serta Ardi Lestari et al. (2022), yang melaporkan perubahan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan.

Gerakan pijat laktasi pada leher, bahu, punggung, dan payudara memungkinkan ibu mendapatkan stimulasi sentuhan sekaligus suasana yang lebih nyaman selama proses menyusui. Secara fisiologis, rangsangan pada area yang relevan dan pengurangan ketegangan dapat berkaitan dengan proses refleks pengeluaran ASI. Akan tetapi, indikator penelitian ini adalah skor observasi kelancaran ASI, bukan pengukuran langsung kadar hormon atau volume ASI dalam mililiter. Oleh sebab itu, interpretasi mengenai keterlibatan prolaktin dan oksitosin diposisikan sebagai penjelasan fisiologis yang mendukung, bukan sebagai hasil pengukuran hormonal dalam penelitian ini.

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Pembahasan mekanisme ini selaras dengan uraian Muawanah dan Sariyani (2021) mengenai pijat laktasi dan proses pengeluaran ASI.

Besarnya perbedaan skor diperkuat oleh hasil paired-samples t-test. Selisih rerata 5,00 poin dengan $p < 0,001$ menunjukkan adanya perubahan yang konsisten pada kelompok responden setelah intervensi. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Putri dan Khotimah (2023) di rumah sakit dan Inrah et al. (2023) pada ibu postpartum di wilayah pelayanan puskesmas. Penelitian Miyatun (2023) dan Jahriani (2019) juga menguatkan bahwa pemijatan dapat menjadi intervensi pendukung saat ibu mengalami kesulitan pengeluaran ASI.

Dibandingkan dengan beberapa penelitian terdahulu, luaran yang digunakan pada penelitian ini menekankan sepuluh indikator pengeluaran ASI yang dipantau sebelum dan sesudah intervensi. Penggunaan skor komposit tersebut menyediakan gambaran praktis tentang perubahan kondisi menyusui dalam pelayanan primer. Namun, skor observasi dan volume ASI merupakan ukuran yang berbeda, sehingga besarnya perubahan skor pada penelitian ini tidak dapat langsung disamakan dengan peningkatan volume ASI yang dilaporkan dalam penelitian lain. Nuampa dan Payakkaraung (2020) menggarisbawahi bahwa keragaman teknik pemijatan serta ukuran luaran menjadi perhatian penting dalam sintesis bukti klinis. Tinjauan Sakinah et al. (2023) memperlihatkan manfaat pemijatan pada volume ASI, sehingga memberi konteks lebih luas bagi temuan berbasis skor dalam penelitian ini.

Komponen luaran yang digunakan dalam penelitian ini memiliki arti praktis bagi tenaga kebidanan. Kondisi payudara yang terasa lebih lunak setelah bayi menyusu, sensasi aliran ASI, tanda ASI merembes, serta bayi yang tampak tenang sesudah menyusu memberikan informasi yang dapat diperoleh melalui wawancara dan observasi sederhana. Akan tetapi, setiap indikator mewakili sisi berbeda dari proses menyusui. Misalnya, bayi yang tidur setelah menyusu perlu dipertimbangkan bersama pengamatan frekuensi menyusu dan buang air kecil, sedangkan sensasi pengeluaran ASI merupakan pengalaman subjektif ibu. Penilaian gabungan terhadap sepuluh indikator dapat memberikan gambaran yang lebih luas daripada hanya menanyakan apakah ASI keluar, namun hasilnya tetap perlu diinterpretasikan sesuai definisi operasional penelitian.

Intervensi pijat laktasi juga berkaitan dengan pendekatan pelayanan kebidanan yang tidak berhenti pada pemberian tindakan, tetapi mencakup komunikasi terapeutik dan edukasi menyusui. Maharani dan Khumairoh (2023) menjelaskan pentingnya peran tenaga kesehatan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Pada praktiknya, ibu memerlukan informasi tentang pelekatan bayi, frekuensi menyusui, penanganan payudara, serta tanda kecukupan ASI. Dengan demikian, pijat laktasi dapat ditempatkan sebagai salah satu komponen dukungan menyusui yang dilakukan bersamaan dengan penilaian ibu dan bayi, bukan sebagai pengganti evaluasi klinis ketika masalah laktasi berlanjut.

Bagi tenaga kesehatan, hasil yang bermakna secara statistik perlu diterjemahkan secara proporsional ke dalam keputusan layanan. Perubahan kategori dari tidak lancar menjadi lancar pada seluruh responden menunjukkan respons positif menurut instrumen observasi yang digunakan. Temuan ini sekaligus memberi dasar untuk menindaklanjuti ibu yang masih memiliki keluhan menyusui meskipun sebagian tanda kelancaran ASI telah terpenuhi. Konseling mengenai pelekatan, posisi menyusui, serta pemantauan kondisi bayi dapat memperkuat manfaat pendampingan. Praktik tersebut sejalan dengan pembahasan Putri dan Khotimah (2023) mengenai penggunaan pijat laktasi di pelayanan rumah sakit dan dengan uraian peran bidan dalam dukungan ASI eksklusif oleh Maharani dan Khumairoh (2023).

Hasil penelitian ini relevan bagi wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah karena menunjukkan perubahan skor kelancaran ASI setelah penerapan prosedur yang dapat dilakukan pada fase awal masa nifas. Pengalaman penelitian lain, termasuk pada teknik stimulasi manual yang berbeda seperti teknik Marmet (Wahyuni et al., 2024), memperlihatkan perlunya pilihan intervensi yang sesuai dengan kondisi ibu dan kompetensi petugas. Penilaian kelancaran ASI secara terstruktur membantu tenaga kebidanan mendokumentasikan respons ibu terhadap tindakan dan menentukan kebutuhan tindak lanjut.

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Pada tingkat responden, besar peningkatan skor tidak sama. Sebagian ibu mengalami perubahan dua sampai tiga poin, sedangkan ibu lainnya meningkat lima sampai tujuh poin. Variasi tersebut wajar dibaca sebagai perbedaan kondisi awal dan respons yang teramati setelah tindakan. Semua ibu mencapai skor akhir pada rentang kategori lancar, tetapi pencapaian skor maksimum tidak dialami oleh seluruh peserta. Dengan demikian, temuan lebih tepat dinyatakan sebagai perbaikan kelancaran pengeluaran ASI menurut indikator yang digunakan, bukan sebagai kondisi seluruh ibu dan bayi yang identik setelah intervensi. Perspektif ini memungkinkan penggunaan hasil pengukuran untuk mengenali kebutuhan konseling lanjutan pada tingkat individu.

Pelaksanaan intervensi manual dalam pelayanan ibu nifas menuntut prosedur yang jelas dan konsisten. SOP pada penelitian ini memuat persiapan alat, pengaturan posisi, penjelasan tindakan, langkah-langkah pemijatan, serta evaluasi respons ibu. Unsur tersebut merupakan bagian dari keseluruhan layanan yang dapat memengaruhi pengalaman penerima intervensi. Literatur terdahulu telah menggambarkan bahwa teknik pijat laktasi diterapkan melalui variasi lokasi pijatan dan urutan gerakan (Nuampa & Payakkaraung, 2020). Oleh karena itu, pencatatan prosedur, konseling, serta metode pengukuran menjadi penting ketika hasil penelitian diterapkan sebagai bahan pengembangan pelayanan. Penggunaan prosedur yang sama secara terarah membantu tenaga kebidanan memberikan pendampingan yang dapat dievaluasi kembali.

Penafsiran hasil perlu memperhatikan bahwa rancangan penelitian memusatkan perbandingan pada responden yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Karena itu, temuan utama yang dapat ditegaskan ialah peningkatan skor kelancaran ASI yang bermakna secara statistik setelah pemberian pijat laktasi pada kelompok yang diamati. Pengujian pada kelompok dan karakteristik ibu yang lebih beragam dapat memperluas dasar penggunaan tindakan ini dalam program pendampingan laktasi. Keseragaman SOP serta pencatatan indikator kelancaran tetap menjadi bagian penting agar perubahan yang diamati dapat dibandingkan antarlokasi pelayanan.

4. KESIMPULAN

Pemberian pijat laktasi pada 10 ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo, diikuti peningkatan rerata skor kelancaran pengeluaran ASI dari 3,60 menjadi 8,60. Sebelum intervensi, seluruh responden berada dalam kategori tidak lancar, sedangkan sesudah intervensi seluruhnya berada dalam kategori lancar. Perbedaan skor sebelum dan sesudah tindakan bermakna secara statistik ($p < 0,001$). Pijat laktasi dapat dipertimbangkan sebagai intervensi komplementer dalam pendampingan ibu menyusui pada awal masa nifas, disertai edukasi teknik menyusui dan pemantauan kondisi ibu serta bayi.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilia, D., & Krisnawati, A. M. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan*, *6*(1), 11–17. https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Keb/article/view/199

Ardi Lestari, G. A. M., Aswitami, N. G. A. P., & Karuniadi, I. G. A. M. (2022). Pengaruh pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*, *16*(1), 53–61. https://doi.org/10.35960/vm.v16i1.754

Hanubun, J. E. A., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, *13*(2), 411–418. https://doi.org/10.32583/pskm.v13i2.858

Inrah, Sukmawati, & Hamudi, J. P. (2023). Pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran air susu ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Ladongi Jaya Kabupaten Kolaka Timur. *Jurnal Pelita Sains Kesehatan*, *3*(6). https://www.ojs.pelitaibu.ac.id/index.php/jpasaik/article/view/119

Jahriani, N. (2019). Pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, *2*(2), 14–20. https://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/view/89

Vol. 6, No. 6 –November 2026, Hal. 4074-4081
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1481

Kusumasastra, R. M. (2023). Analisis implementasi kebijakan pemberian ASI eksklusif dan penyediaan ruang laktasi pada ibu bekerja di Kabupaten Kudus (Studi kasus: PT Djarum). *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, *14*(2), 411–424. https://doi.org/10.26751/jikk.v14i2.1993

Maharani, M., & Khumairoh, R. (2023). Literature review: Peran bidan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, *4*(2), 278–286. https://doi.org/10.30867/gikes.v4i2.1106

Miyatun. (2023). Hubungan massage laktasi dengan peningkatan produksi ASI di Griya Sehat Bunda Depok Jawa Barat tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Akademi Kebidanan Keris Husada*, *5*(1), 1–6. https://ojskebidanan.stikeskerishusada.ac.id/index.php/jurnal-ilmiah-kesehatan/issue/view/7

Muawanah, S., & Sariyani, D. (2021). Pengaruh pijat laktasi terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui Baby Spa Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*, *12*(1), 7–15. https://doi.org/10.52299/jks.v12i1.77

Nisa, Z. H. (2023). Pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi terhadap produksi air susu ibu pada ibu postpartum di BPM Meilisa Afty Depok periode 14 Juni–14 Juli 2021. *Jurnal Ilmiah Bidan*, *7*(1), 1–8. https://www.e-journal.ibi.or.id/index.php/jib/article/view/348

Nuampa, S., & Payakkaraung, S. (2020). Effectiveness of different massage techniques for breastfeeding mothers to increase milk production: A systematic review. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, *25*(1), 114–130. https://he02.tci-thaijo.org/index.php/PRIJNR/article/view/241405

Putri, D. P., & Khotimah, N. K. (2023). Pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di RSUD Cengkareng. *Journal of Midwifery*, *11*(1), 145–153. https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4535

Rahmawati, N., & Karana, I. (2023). Pengaruh pijat laktasi pada ibu nifas terhadap produksi ASI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *17*(1), 17–22. https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8607

Sakinah, S., Pamungkasari, E. P., & Prasetya, H. (2023). Do massage and relaxation music therapy increase breast milk volume? A meta-analysis. *Journal of Maternal and Child Health*, *8*(1), 33–47. https://doi.org/10.26911/thejmch.2023.08.01.04

Susanti, F., & Yulita, N. (2024). Peningkatan produksi ASI dengan metode pijat laktasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *14*(1), 19–26. https://doi.org/10.32699/jik.v14i1.7214

Wahyuni, N. W. T., Mastiningsih, P., Sumawati, N. M. R., & Udayani, N. P. M. Y. (2024). Pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum di ruang nifas UPTD Puskesmas Abiansemal I. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, *9*(1), 45–53. https://doi.org/10.34012/jumkep.v9i1.4760